



กัลยาณมิตรกับการพัฒนาปัญญาธรรมเพื่อความสุข Kalayanamitra and Intellectual life Development

ปราโมทย์ ยอดแก้ว^๑

บทคัดย่อ

สังคมปัจจุบันเกิดความแตกแยกจากการขาดคุณธรรม ทำให้ขาดความสามัคคีในการช่วยกันแก้ปัญหา ซึ่งบทความนี้ได้ประมวลองค์ความรู้ในพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับกัลยาณมิตรและปัญญา เพื่อให้เกิดองค์ความรู้เรื่องกัลยาณมิตรกับการพัฒนาปัญญาในการดำเนินชีวิตในสังคม ผลการศึกษาพบ กัลยาณมิตรเป็นเพื่อนที่มีค่าตามที่พระพุทธเจ้าสรรเสริญว่าเป็นธรรมเพื่อความสุขการทำงานเป็นทีมในปัจจุบัน ที่ต้องอาศัยมิตรแท้ในการพัฒนาปัญญา เรื่องศีลเป็นการส่งเสริมให้อยู่ในกฎระเบียบ สมาธิเป็นการเตือนสติให้คิด และปัญญาเป็นการแนะนำชี้เหตุผลด้วยคุณธรรม จริยธรรมเพื่อแก้ปัญหาด้วยความเข้าใจจริง และกัลยาณมิตรช่วยพัฒนาปัญญาในสังคมด้วยการรู้จักเลือกรับข้อมูลจากการฟัง อ่าน เพื่อการคิดวิเคราะห์ และการทำสมาธิให้เกิดปัญญาในการดำเนินชีวิตที่ต้องพัฒนากัลยาณมิตรให้เกิดปัญญาธรรมสามารถแก้ปัญหาสังคมตามสภาวะแวดล้อมตามความเป็นจริงได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม และเป็นธรรม

คำสำคัญ: เพื่อนแท้, ปัญญาธรรม, การพัฒนาความสุข.

Abstract

Our society is full of disruption caused by a lack of morality and that resulted to the lack of unity in solving problems. This article has compiled and processed the body of knowledge in Buddhism concerning Kalayanamitta and Panna or wisdom in order to have the body of knowledge in Kalayanamitta and intellectual development in living a life. The results of the study indicated that Kalayanamitta is a valuable friend as the Buddha praised as a virtue of joy of teamwork today. The true friend is in need in intellectual development. The precepts encourage people in discipline, concentration for mindfulness, and wisdom for guiding with virtue in solving problems by realization. Kalayanamitta helps develop social intellectual by choosing to access information from reading, listening and analytical thinking. Concentration originated wisdom in living a life. Kalayanamitta is needed in intellectual development for solving problems accurately, appropriately and fairly.

Keywords: true friend, Intellectual life, Happiness development

^๑คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต.



บทนำ

การดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี และทางสังคมที่เต็มไปด้วยยุคอุตสาหกรรม^๑ ทำให้การพิจารณาว่าจะทำอะไร ต้องใช้สติอย่างมากหรือต้องมีปัญญาเท่าทันกันในสังคมโดยจะหวังพึ่งญาติมิตรเหมือนในอดีตก็ยิ่งยาก เพราะปัจจุบันคนที่เห็นแก่กันนี้แหละเป็นตัวดี เพราะบางทีก็ถูกหลอกลวงด้วยเหมือนกันจนทำให้เราหลงผิดทำให้เกิดการเสียทรัพย์หรือเสียประโยชน์อย่างอื่นมากมาย เช่นจากข่าวแชร์น้ำมัน แชร์ข้าวสาร หรือ แชร์ยางพารา ที่ทำให้ผู้คนในสังคมเสียเงินทองมากมายบางรายเป็นเจ้าของธุรกิจสร้างปัญญาให้เด็ก(สอนพิเศษ) แต่กับไม่มีปัญญาในการพิจารณาเสียเงินเป็นสิบ ๆ ล้านบาท มิใช่รายเดียวแต่มีเป็นร้อยเป็นพันรายโดนหลอกทั้งคนที่มีการศึกษา ข้าราชการ และเกษตรกร เมื่อมาพิจารณาแล้วบุคคลที่ถูกหลอกพวกนี้เกิดจากความอยากได้ (โลภะ) ยากได้ของผลตอบแทนสูง ๆ โดยขาดการใช้สติในการพิจารณาให้เกิดปัญญาเพราะใช้ปัญญาทางโลกกดเครื่องคิดเลขดูผลตอบแทนอย่างเดียว จากข่าวบางรายช่วยกันสามัคคีรยาบางรายชักชวนเพื่อนร่วมงานญาติพี่น้องให้มาเล่นแชร์นี้ ดังนั้นถ้าพิจารณาจะเห็นได้ว่าความเป็นกัลยาณมิตรไม่ถูกต้องหลักพระพุทธศาสนาเพราะเป็นเหตุให้เกิดกิเลสมีมีคุณธรรมดังที่พระผู้มีพระ

ภาคเจ้าตรัสว่า^๒ “เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มากเหมือนความมีกัลยาณมิตรนี้ ความมีกัลยาณมิตรย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก...”

ปัจจุบันปัญหาสังคมต่างๆ เยอะมาก แม้จะมีความเจริญ ทางด้านเทคโนโลยี ถ้าจะมองแบบผ่านแว่นตาธรรมะ เป็นเพราะสังคมเราขาดสองอย่าง คือ หนึ่ง . ขาดกัลยาณมิตร สอง.. ขาดโยนิโสมนสิการ. “กัลยาณมิตร” คือเพื่อนหมายถึง “มิตร” ซึ่งเริ่มตั้งแต่ พ่อ แม่ ครู สื่อมวลชน ทุกคนต้องเป็นกัลยาณมิตร ชุมชนต้องเป็นกัลยาณมิตร เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดี “โยนิโสมนสิการ” คือ การคิดเป็น - คิดถูก - คิดชอบ ครูบาอาจารย์ มาช่วย คนที่จะคิดเป็นอย่างพระพุทธเจ้ามีน้อยมาก เด็กคิดไม่ดีเพราะเขาอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่เป็นกัลยาณมิตร ที่ทำให้ไม่สามารถจะคิดเองได้^๓

กัลยาณมิตร หมายถึง มิตรที่ดี การมีมิตรที่ดีน่าจะมีความสำคัญอย่างยิ่งในสภาวะปัจจุบัน และนอกจากนั้นเรามีได้หวังพึ่งเพื่อนอย่างเดียวเราก็ต้องหวังที่จะช่วยเหลือเพื่อนด้วย สิ่งที่สำคัญที่สุดคือปัญญาที่หมายถึงปัญญาทางโลกและทางธรรม และการพัฒนาปัญญาหมายถึง แนวทางการสร้างความรู้ ความเข้าใจใน

^๒ อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๕๕/๑๖.

(โปรแกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

^๑ พระธรรมปิฎก, (ป. อ. ปยุตฺโต) , พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม พิมพ์ครั้งที่ ๑๒,(กรุงเทพมหานคร :มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๖, หน้า ๘๔.

^๓ พระไพศาล วิสาโล. “ธรรมะมีอยู่ทุกหนแห่ง”, ธรรมะพอเพียง สานปณิธาน พุทธศาสนิกขวาระ ๑๐๐ ปีชาตกาล. หน้า ๘๙-๙๐. สัจจภูมิ ลออเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร : เนชั่นมัลติมีเดีย กรุ๊ป, ๒๕๕๔.



เรื่องปัญหาที่ทำให้มนุษย์เกิดการพัฒนาทางคุณธรรม ซึ่งเน้นทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นเรื่องที่สร้างได้ยากแต่การมีกัลยาณมิตรที่ดีสามารถที่จะทำให้เกิดการพัฒนาปัญญาได้ ซึ่งสังคมปัจจุบันมนุษย์มีพฤติกรรมที่เสี่ยงเป็นอันตรายต่อตนเองและสังคมโดยรวมอย่างมากจากการสร้างความเข้าใจด้วยตนเองจากเทคโนโลยีซึ่งอาจเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมจึงควรเข้าใจเรื่องกัลยาณมิตรอันนำไปสู่การสร้างมิตรพัฒนาปัญญาที่ถูกต้อง ผู้เขียนให้ความสำคัญกับความเป็นมิตรของมนุษย์ทุกคน บทความเรื่องกัลยาณมิตรกับการพัฒนาปัญญาธรรมเพื่อสังคมนี้จึงมีจุดมุ่งหมายในการศึกษาประเด็นที่เกี่ยวกับกัลยาณมิตร และปัญญาในพระพุทธศาสนาเป็นหลัก ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกภาษาไทย คัมภีร์วิสุทธิมรรค และหลักคำสอนที่เกี่ยวข้องในพระพุทธศาสนาโดยอาศัยข้อมูลจาก ประมวลศัพท์ ประมวลธรรมของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในการประมวลประเด็นที่เกี่ยวกับกัลยาณมิตร และปัญญาเพื่อสร้างความสอดคล้องกับการดำเนินชีวิต เพื่อให้ได้องค์ความรู้เรื่องกัลยาณมิตรกับการพัฒนาปัญญาในการดำเนินชีวิตในสังคม จากเหตุผลดังกล่าวผู้เขียนหวังว่าข้อค้นพบที่ได้จากการประมวลองค์ความรู้ครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำไปต่อยอดในการดำเนินชีวิตจึงมีความสำคัญที่ต้องทำการศึกษาเพื่อกัลยาณมิตรในการพัฒนาปัญญาที่สามารถนำมาเป็นแนวทางสู่การพัฒนาการดำเนินชีวิตให้เจริญรุ่งเรืองทั้งส่วนตนเอง และสังคม

ผู้เขียนนำเสนอผลของการศึกษาโดยแบ่งออกเป็น ๓ ประเด็น ได้แก่ กัลยาณมิตร การพัฒนาปัญญา และกัลยาณมิตรช่วยพัฒนาปัญญา ซึ่งแต่ละประเด็นมีสาระสำคัญดังนี้

กัลยาณมิตรแบบที่อุทธรธรรม

คำว่า “กัลยาณมิตร” เกิดจากการสมาสคำว่า “กัลยาณ” กับคำว่า “มิตร” ความหมายกัลยาณ^๔ หมายถึงว่า งาม, ดี และมิตร^๕ หมายถึง เพื่อนรักใคร่คุ้นเคยมีความสำคัญ ซึ่งในพระไตรปิฎก พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์กำลังจะอุทัย ย่อมมีแสงอาทิตย์ขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉันทกัลยาณมิตรตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตเพื่อความเกิดขึ้นแห่งอริยมรรคมีองค์ ๘ ฉันทัน...”^๖ ซึ่งธรรมที่สามารถเกื้อกูลเพื่อความสุขอย่างหนึ่งคือ กัลยาณมิตรที่พระผู้มีพระภาคหมายถึง บุตรที่ดีวางตัวเหมาะสม ในการสนทนาเจรจากับบุคคลอื่นๆ เป็นผู้ขอปรึกษาท่านที่ถึงพร้อมด้วยศีล ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ถึงพร้อมด้วยจาคะ และถึงพร้อมด้วยปัญญาตามสมควร^๗

^๔ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒. (กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์), หน้า ๑๐๘.

^๕ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (หน้า ๘๖๑)

^๖ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙/๖๕๘. (โปรแกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

^๗ อ.อ.อุทฺทก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐-๓๔๑. (โปรแกรมพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



กัลยาณมิตร หมายถึง มิตรผู้ที่ดำรงตนอยู่ในฝ่ายข้างดี มีจิตมุ่งในสิ่งที่เป็นประโยชน์^{๘๘} เป็นผู้แนะนำสั่งสอน ที่ปรึกษา เพื่อนที่คบหา และบุคคลผู้แวดล้อมที่ดี ความรู้จักเลือกเสวนาบุคคล หรือเข้าร่วมหมู่กับท่านผู้ทรงคุณทรงปัญญามีความสามารถ ซึ่งจะช่วยเหลือสนับสนุน ชักจูง ชี้ช่องทาง เป็นแบบอย่างตลอดจนเป็นเครื่องอุดหนุนเกื้อกูลกัน ให้ดำเนินก้าวหน้าไปได้ด้วยดี ในการศึกษาอบรม การครองชีวิต การประกอบกิจการ และธรรมปฏิบัติ สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี^{๘๙} ผู้เป็นมิตรแท้ เพื่อนแท้ เพื่อนตาย เพื่อนที่คอยช่วยเหลือเพื่อนอย่างจริงใจโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน เป็นมิตรที่หวังดี มีสิ่งดี ๆ ให้กันด้วยความจริงใจ^{๙๐} และเป็นผู้เพียบพร้อมด้วยคุณธรรมมีความตั้งใจประพฤติปฏิบัติธรรม ทำหน้าที่ของชาวพุทธที่ดี เพื่อยังประโยชน์ให้ถึงพร้อมทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ผู้สั่งสอนแนะนำ ชักนำไปในหนทางที่ถูกต้องดีงาม^{๙๑}

^{๘๘} พระพุทธโฆสเถระ, สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)แปล คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: ธนาเพรส, ๒๕๕๑), หน้า ๑๖๐-๑๖๔.

^{๘๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๕๗.

^{๙๐} วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://th.wikipedia.org/w/index.php> [๒๔ ส.ค. ๒๕๕๓].

^{๙๑} กัลยาณมิตร. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : http://www.kalyanamitra.org/kal/kal_page1.html [๔ ต.ค. ๒๕๕๓].

ผู้เขียนสรุปว่า กัลยาณมิตร คือ เพื่อนที่มีศีล มีคุณธรรมอันดีงาม พร้อมสนทนา วางตัวปฏิบัติ และมีน้ำใจส่งเสริมอย่างเหมาะสม ที่จะช่วยเหลือเพื่อนไปในทางที่ดีที่ถูกต้อง เพื่อหวังให้พ้นทุกข์มีปัญญา โดยมีได้หวังผลประโยชน์แก่ตน

ผู้มีคุณสมบัติเป็นกัลยาณมิตรจึงเป็นบุคคลที่ไม่มีความโลภ ไม่มีความคิดประทุษร้าย หรือสามารถขจัดความโกรธที่เป็นโทษเสีย มีความเมตตาแก่ผู้อื่น และไม่มีความหลงในสิ่งใด ๆ หรือสามารถขจัดความหลงอันเป็นโมหะ มีปัญญา พร้อมทั้งจะช่วยเหลือผู้อื่นด้วยกาย วาจา และใจ จึงต้องมีคุณลักษณะของผู้ที่พร้อมภายในตน อันมีเรื่องของร่างกาย ความรู้ ความสามารถ รวมถึงจิตสำนึกด้วยความจริงใจ และความพร้อมภายนอกที่พร้อมจะช่วยเหลือผู้อื่นจากร่างกายภายนอกด้วย หน้าตาที่ยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นมิตร มีกิริยาที่แสดงออกถึงความนอบน้อม ใส่ใจสนใจ มีคำพูดที่ไพเราะอ่อนหวานไม่น่าเสียใจจริงใจเป็นมิตรอย่างเหมาะสม คุณสมบัตินี้ ดังนี้

๑. เป็นที่น่ารัก เป็นผู้ที่มีผู้อื่นพบเห็นแล้วสบายใจ ชวนให้พูดคุย สนทนาสนทน อยากร่วมไปปรึกษา ไต่ถามมีความผ่องใสร่าเริง เบิกบาน สดชื่นอยู่ตลอด พบเห็นครั้งใดก็มีแต่ความชื่นใจ เบิกบาน ซึ่งผู้ที่ทรงคุณสมบัตินี้ได้ ต้องฝึกกิริยามารยาทให้เรียบร้อย นุ่มนวล สง่างามในทุกอิริยาบถ ทุกบรรยากาศ เป็นผู้ที่มีความสะอาดทั้งด้านร่างกาย วาจา และจิตใจ การสร้างความน่ารักในความเป็นกัลยาณมิตร มีความละเอียดอ่อนลึกซึ้งแฝงอยู่มากมายต้องรู้จักการปรับปรุงและพัฒนาให้เกิดความเหมาะสมกับ



เวลาโอกาส และความจริง ความน่ารักจะไม่เสื่อมสลายไปตามวัยตามสังขารของบุคคลถ้าสามารถรักษาความน่ารักนั้นไว้ได้ ความน่ารักมีประโยชน์แก่ตนเอง แก่ผู้อื่น และสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้พบเห็นหรือกัลยาณมิตรรุ่นหลังสืบต่อไป

๒. เป็นที่น่าเคารพน่าเคารพ เป็นบารมีที่ดีที่สะสมประพาศสมควรแก่ฐานะบุคคลที่อุดมด้วยปัญญาทั้งทางโลก และทางธรรม เป็นที่ยอมรับจากการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง ที่เป็นบุญเป็นกุศลอย่างมั่นคง ไม่หวั่นไหวต่อความย่ำแย่ของสิ่งแวดล้อมที่ทำให้จิตใจตกต่ำ เป็นคนรักความยุติธรรมเป็นที่สุด มีความเมตตา กรุณา ตลอดกับทุกคนที่เกี่ยวข้องและไม่เกี่ยวข้อง

๓. เป็นที่น่าสรรเสริญหรือน่ายกย่อง เป็นผู้ทรงคุณ คือ ความรู้และภูมิปัญญาแท้จริง ทั้งเป็นผู้ฝึกอบรมและปรับปรุงตนอยู่เสมอ ทั้งทางโลกและทางธรรม ความฉลาดปราดเปรื่องมีมากจนเป็นที่ยอมรับของทุกคนในวงการ เป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ สามารถอภัยอดเอื้อย ควรเอาอย่าง ทำให้ระลึกและเอื้อยอ้างด้วยซาบซึ้ง ภูมิใจ แต่คุณสมบัติข้อนี้ แม้จะไม่ฉลาดปราดเปรื่องมาก แต่อย่างน้อยต้องสามารถแก้ไขความเห็นผิดของศิษย์ได้ มีอุบายวิธีทำให้ศิษย์ตั้งตนอยู่ในสัมมาทิฐิได้ ทำให้ศิษย์เกิดความเลื่อมใสอย่างแท้จริง

๔. เป็นผู้สามารถว่ากล่าวตักเตือน หรือพูดให้ได้ผล เป็นการรู้จักชี้แจงให้เข้าใจ และรู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรอย่างไร ซึ่งต้องความสามารถพูดโน้มน้าวให้เกิดการทำตาม ในสิ่งที่มีความสามารถในการถ่ายทอดความรู้

กัลยาณมิตรจึงควรศึกษาหลักจิตวิทยา ในการเข้าถึงจิตใจของบุคคลต่าง ๆ คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี รู้จักให้เหตุให้ผลที่เหมาะสมกับบุคคลและโอกาส ตรงกับกับบุคคล เพศ วัย และฐานะ

๕. เป็นผู้สามารถอดกลั้นต่อถ้อยคำ ต่ำๆ สูงๆ ได้ เป็นความพร้อมของบุคคลที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถามซักถามอยู่เสมอ อดทนฟังได้ แม้เรื่องไร้สาระ ไม่เป็นหน่ย ไม่รำคาญ เราจึงต้องอดทนให้อภัย รักษาอารมณ์ให้เยือกเย็นอยู่เสมอ มีคำแนะนำวิพากษ์วิจารณ์ บุคคลที่พร้อมจะรับฟังคำปรึกษา

๖. เป็นผู้สามารถชี้แจงถ้อยคำ ที่สับสน ลุ่มลึกได้ แล่งเรื่องล้าลึกได้ เป็นบุคคลที่สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากซับซ้อน ให้เกิดภาพพจน์เข้าใจง่าย แม้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยาก ก็สามารถหาเรื่องอุปมาอุปมัยให้เข้าใจอย่างง่าย

๗. เป็นผู้ไม่แนะนำในทางที่ไม่สมควร เป็นบุคคลที่ประพฤติปฏิบัติอยู่ในธรรม ไม่ทำเรื่องที่เป็นการเสื่อมเสีย พูดอย่างไรทำอย่างนั้น ทำกิจกรรมตรงไปตรงมาบริสุทธิ์ ผุดผ่องใสสะอาด พร้อมทั้งจะประกาศให้ทุกคนได้รับรู้ และท้าทายให้มาพิสูจน์ได้เสมอ^{๑๒}

ความมีกัลยาณมิตรเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการแสวงหากัลยาณมิตรจึงเป็นการสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์แห่งมิตรไมตรีที่ดีต่อกันไม่ว่ายามทุกข์ ยามสุข แม้เป็นความสัมพันธ์ที่เริ่มต้นจากการติดต่อ ซึ่งสามารถพัฒนาตนได้ โดยการสำรวจตนเองเพื่อพัฒนา

^{๑๒} พระพุทธโฆสเถระ, สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๖๐- ๑๖๔.



ดังนี้ ๑) เป็นคนมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน
สร้างสรรค์ความคิดใหม่ ๒) ยิ้มแย้มแจ่มใสกับคน
ทั่วไป อันเป็นปกตินิสัย ๓) มีความจริงใจ ใส่ใจ
ไม่เสแสร้ง ๔) เป็นคนมีเหตุมีผล ตามสถานการณ์
๕) รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ๖) มีความเป็น
กันเอง และให้ความช่วยเหลือถ้ามีโอกาส ๗) มี
ความอดทนอดกลั้น มีความมั่นคงในอารมณ์ และ
รู้จักกาลเทศะ ๘) ให้ความสำคัญกับความคิดของ
บุคคลอื่นและสังคม ๙) รับฟังความคิดเห็นและ
ให้การยอมรับนับถือผู้อื่น ๑๐) รู้จักหักทลาย
ปราศรัยกับบุคคลทั่วไป และเรียกชื่อคนอย่าง
ถูกต้อง

เมื่อสำรวจตนเองแล้วสิ่งใดขาดเรา
ต้องทำการพัฒนาให้เกิดเป็นพฤติกรรมหรือข้อใด
เป็นเรื่องที่ขัดความรู้สึกต้องค่อยๆ พัฒนาขึ้น
ทีละเล็กละน้อย อย่าเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว
เกินหรือคาดหวังสูงจะทำให้เราเบื่อและถ้าไม่เห็น
ผลจะทำให้เราแข่งและไม่ต้องการที่จะทำ เราต้อง
พยายามทำไปเรื่อยๆ ฝึกให้เป็นพฤติกรรม
เพราะการที่จะทำให้คนรักและชอบเป็นเรื่องยาก
ทำให้คนเกลียดเป็นเรื่องง่าย

ดังนั้นสรุปได้ว่า กัลยาณมิตรเป็น
ธรรมที่มีความสำคัญอันทรงคุณค่าของมนุษย์ที่
ต้องนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคม เพื่อ
พัฒนาชีวิตหรือคุณภาพชีวิตให้มีความสุขและเกิด
การพัฒนาคนอย่างมั่นคง ยั่งยืนด้วยปัญญาที่เกิด
จากตนและเสริมการพัฒนาปัญญาได้ด้วย
กัลยาณมิตร การพัฒนาตนเองถือเป็นสิ่งสำคัญ
ตามหลักพระพุทธศาสนาที่ว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน
แต่กัลยาณมิตรดีก็จะเกิดการพัฒนาตนได้เร็วไว
อย่างมั่นคงและเหมาะสมอย่างที่มีคำกล่าวว่าคุณ

เดียวหัวหาย สองคนจะสบายถ้าเป็นกัลยาณมิตร
ที่ดี การทำงานในปัจจุบันเน้นการทำงานเป็นทีม
ซึ่งข้อนี้ต้องถือหลักสำคัญในการสร้าง
กัลยาณมิตร

การพัฒนาปัญญาธรรม

การพัฒนาพื้นฐานของพุทธศาสนา
อธิบายถึงความเป็นจริงที่ว่าด้วยเรื่องของศีล
สมาธิ และปัญญา โดยมีความสัมพันธ์กันอย่าง
เป็นระบบที่มีความเป็นจริงตามกระบวนการของ
ธรรมชาติที่ต้องเกิดขึ้นอย่างนี้อันไม่สามารถ
เปลี่ยนแปลงได้ ศีล ทางพระสงฆ์คือวินัย
ส่วนทางฆราวาสก็มีได้ต่างกันซึ่งอาจเข้าใจถึง
ความพร้อมหรือความเหมาะสมทางร่างกายที่
นำสู่พฤติกรรมการปฏิบัติอันเป็นระเบียบ
กฎเกณฑ์ กฎหมายของแต่ละสังคม การมีศีลหรือ
การรักษาศีลต้องกระทำโดยการมีสติอยู่
ตลอดเวลาเพื่อให้เกิดความสง่างามทั้งทาง
ร่างกาย วาจา และจิตใจจนเป็นสมาธิในการ
ปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลคือปัญญาที่มีความสำคัญใน
การเป็นเป้าหมายที่จะนำไปใช้ในชีวิต ปัญญามี
คุณค่าและมีความสำคัญที่คนเราต้องศึกษาให้เกิด
กับตนหรือเกิดกับบุตรหลานเครือญาติและสังคม
ซึ่งปัญญาเป็นความรู้ในสิ่งที่ควรรู้ ตามความ
เป็นจริง ที่เสมือนแสงสว่างส่องทางในการดำเนิน
ชีวิตโลกที่มีพื้นฐานทางปัญญามาแต่กำเนิด คือ
ปัญญาที่เกิดมาพร้อมกับชาติ จะเรียกว่า ไอคิว ก็
ได้ แต่เป็นปัญญาที่มีอยู่ในระดับปานกลางไม่แ
กล้า บางคนที่มีศรัทธาปัญญาน้อยหรือมีไอคิว
น้อย ซึ่งอาจเป็นคนปัญญาอ่อน ตามธรรมดาคน
ที่เกิดมาโดยปกติทั่วๆ ไปนั้นย่อมมีปัญญาดิดตัว



มาทุกคน แต่ถ้าจะพัฒนาให้มีปัญญาอยู่ในระดับสูงขึ้นไป เช่น มีปัญญารู้ความรอบรู้ในสิ่งต่างๆ รอบรู้ถึงอุบายวิธีที่จะละเว้นความชั่วหันมาประพฤติความดี จนมีความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ จะต้องอาศัยการฝึกฝนอบรมปัญญาเพิ่มเติมขึ้นมาใหม่ ด้วยการรับรู้ เรียนรู้ ปฏิบัติในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

ความรู้ที่เกิดจากการเรียนในชั้นเรียน นอกชั้นเรียนส่วนมาก เป็นศิลปวิทยาทางโลก ตลอดจนการเรียนพุทธศาสนาที่ดัดแปลงโดย ใช้คำดู ใช้หูฟัง ใช้สมองคิดถือเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นมาซึ่งผู้เรียนอาจเรียกว่าปัญญา เป็น ปริยัติปัญญา ปัญญาทางปริยัติคือการเรียน ซึ่งคำว่าเรียนนั้น มีความหมายว่าฟัง แต่โบราณใช้การฟัง เพราะไม่มีตัวหนังสือ เมื่อมีตัวหนังสือขึ้นก็มีอ่านท่องบ่นจำทรง ฟังด้วยใจอันหมายถึงว่าพิจารณา ขบเจาะด้วยทวิ ความเห็น คือทำความเข้าใจให้ถูกต้อง เป็นปัญญาที่เกิดจากการเรียนรู้ เมื่อเรียนรู้แล้วก็ปฏิบัติ ดังเช่นเมื่อเรียนรู้ศิลปวิทยาที่นำมาปฏิบัติเหมือนอย่างเรียนการช่าง เรียนรู้แล้วก็นำองค์ความรู้มาประกอบเพื่อซ่อมอุปกรณ์ที่เสียหายหรือสร้างสิ่งใหม่ เช่น การสร้างตึกอาคาร บ้านเรือน หรือซ่อมรถเป็นต้น แต่เรียนทางพระพุทธศาสนาเมื่อมีความรู้ทางปริยัติ ก็นำมาปฏิบัติทางกาย ทางวาจา ทางใจ เช่น เมื่อเรียนรู้จักศีล รู้จักสมาธิ รู้จักปัญญา ก็นำมาปฏิบัติให้เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา เกิดขึ้นที่ตนเอง ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติเข้าใจคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ให้ละชั่ว ทำดี ชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ ผ่องใส เป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ เครื่องเศร้าหมอง คือค้นหาความดิ้นรนทะยานออก กิเลสกองโลกกองโกรธกองหลง หรือ

กิเลสกองราคะโทสะโมหะให้หมดไป จากจิตใจ ก็ได้ปัญญาคือความรู้ในการปฏิบัติ อันเป็นเครื่องขัดเกลาดังกล่าวนี้นี้ขึ้นไปโดยลำดับ เป็นปัญญาอันเกิดจากการปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติไปจนถึงที่สุด อันหมายความว่าชำระจิตใจด้วยปัญญา ให้บริสุทธิ์หมดจดได้บางส่วนหรือสิ้นเชิง ที่เรียกว่า เป็นมรรค เป็นผล เป็นนิพพาน ที่เรียกรวบย่อว่า ปฏิเวธปัญญา ปัญญาคือความรู้แจ้งแทงตลอด อันหมายความว่าเจาะแทงกิเลสที่หุ้มห่อจิตใจให้หลุดไปได้หมดสิ้นให้บรรลุถึงความบริสุทธิ์สิ้นเชิง

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่าปัญญามี ๓ อันดับ คือ ๑. ปริยัติปัญญา ๒. ปฏิบัติปัญญา ๓. ปฏิเวธปัญญา ซึ่งปัญญาเป็นธรรมข้อสำคัญ ทั้งการเรียนรู้ ทางปฏิบัติ และมุ่งหวังปฏิบัติให้เกิดผลทางปัญญาธรรม การที่เกิดปัญญาทางโลกโดยมิได้มีศีลเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมของคน จึงเป็นปัญญาแบบมือใครยาวสาวได้สาวเอา หรือปัญญาแบบตัวใครตัวมันไม่ต้องคำนึงหรือนึกถึงศีลธรรม แบบคนฉลาดที่ขาดศีลธรรมเอาเปรียบคนที่โง่กว่าตน จึงเป็นการกระทำที่เบียดเบียนผู้อื่นอยู่เสมอ ทำให้โลกวุ่นวาย มีปัญหาอยู่เสมอจากปัญญาทางโลก จึงเป็นเพียงแค่สัญญาหรือความจดจำรู้ ส่วนปัญญาทางธรรม เป็นความจริงแท้ดั้งเดิมที่มีอยู่เป็นอยู่ ตามความเป็นไป ซึ่งลึกลงไป เป็นธรรมชาติแท้ นั่นคือ รู้ความจริงแห่งจิต เจตสิก รูปและนิพพาน ในทางธรรมนั้น เป็นความสุขทางจิต เพื่อได้ความสุขนिरันดรคือความสุขที่เรียกว่า สันติเป็นลักษณะที่หยุดความยินดียินร้าย สภาวะธรรมนั้นคือพระนิพพาน ปัญญาของ มนุษย์ เป็นปัญญาที่ยึดติดอยู่ในความ



โลก โกรธ หลง ทำให้ต้องมีการพัฒนาทางปัญญา
ธรรมในการดำเนินชีวิต

เมื่อพิจารณาในแง่การพัฒนาการ
ความสามารถจำแนกโดยการพัฒนาทางปัญญา
ในขอบเขตที่ต้องเกี่ยวข้อง คือ ความรู้สิ่งที่ควร
ฝึกปรืออันเป็นความรู้ที่อยู่ในขอบเขตที่ต้องทำการ
ฝึกอบรมได้ สามารถจำแนกได้เป็น ๓ ประเภท^{๓๓} ซึ่ง
สามารถเรียงลำดับจากการพัฒนา คือ

๑. สัญญา ความกำหนดได้ อันได้แก่
ความรู้ที่เกิดจากการกำหนดหมาย หรือจำได้
หมายรู้ ซึ่งบันทึกไว้เป็นแบบสำหรับเทียบเคียง
และเป็นวัตถุดิบของการรู้และการติดต่อ เมื่อ
พิจารณาคุณภาพในกระบวนการพัฒนาความรู้
สัญญาที่เกิดขึ้นตามปกติในกระบวนการรับรู้ คือ
สัญญาขั้นต้นที่เป็นการหมายรู้ลักษณะอาการ
ตามสภาวะของสิ่งของนั้นๆ เช่น สีเขียว สีแดง
เป็นต้น ทั้งหลายที่หมายรู้ตามความรู้ความเข้าใจ
ที่เจริญเพิ่มพูนในการฝึกอบรมปัญญา ซึ่งอาจ
แตกต่างกันได้ในหลายระดับ ตั้งแต่รู้คลุมเครือจน
รู้ชัดเจน ตั้งแต่รู้บางแง่จนรู้สมบูรณ์ ตั้งแต่รู้
ผิดพลาดจนรู้ถูกต้อง ที่เป็นเพียงเรื่องของการรู้
และการไม่รู้เท่านั้น นับว่าเป็นเรื่องของการรู้และ
การพัฒนาความรู้โดยตรง ส่วนสัญญาฟ้ามเพื่อที่
เรียกว่า ปปัญจสัญญา หรือกิเลสสัญญา มี
ลักษณะตรงข้าม คือ เป็นเครื่องกีดกัน ปิดบัง
และบิดเบือนความรู้

๒. ทิณฺฐิ ความเห็นความเข้าใจโดยนัย
เหตุผล ได้แก่ ความรู้ที่ลงข้อสรุปอย่างใดอย่าง

หนึ่ง ประกอบด้วยการยึดถือโดยอาการผูกพันกับ
ตัวตน อาจเป็นความรู้ที่มาจากแหล่งภายนอก
แต่ได้คิดกลั่นกรองยอมรับเอาหรือสรุปเข้าเป็น
ของตนแล้ว ไม่ว่าจะเป็นความรู้ที่มีเหตุผลมาก
หรือน้อย หรือแม้ไม่มีเหตุผลเลยก็ตาม ตัวอย่าง
ทิณฺฐิ เช่น เชื่อในผี เข้าใจว่าที่อยู่จริง

๓. ญาณ ความรู้ ความหยั่งรู้ เป็น
ไวพจน์คำหนึ่งของปัญญา แต่มักใช้ในความหมาย
ที่จำเพาะกว่า คือ เป็นปัญญาที่ทำงานออกผล
มาเป็นเรื่องๆ เช่น ความหยั่งรู้ภาวะที่สัตว์มีกรรม
เป็นของของตน ปรีชาหยั่งรู้ส่วนอดีต หยั่งรู้การณ
ที่เป็นไปได้และเป็นไปไม่ได้ เป็นต้น กล่าวได้ว่า
ญาณ คือความรู้ที่บริสุทธิ์ที่ผุดโพล่งสว่างแจ้งขึ้น
มองเห็นตามสภาวะของสิ่งนั้นๆหรือเรื่องนั้นๆ

การพัฒนาปัญญาภายในบุคคลจึงมี
กระบวนการ ๓ แบบในการเรียนที่ทำให้เกิด
ความรู้คู่คุณธรรม ด้วยความอิมใจในการหล่อ
เลี้ยงชีวิตให้เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในการ
ประกอบอาชีพดำเนินชีวิต^{๓๔} ประกอบด้วย

๑. จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจาก
การคิดการพิจารณาหาเหตุผลด้วยตนเอง หรือ
แปลว่า ความรู้เกิดจากการคิดพิจารณาหาเหตุผล
ด้วยตนเอง สุดยอดแห่งการสอนคือ การทำให้คน
รู้จักคิด เป็นปัญญาที่เกิดจากการคิดอย่างเดียว

^{๓๔} พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปณ

โญ). “แนวทางพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมใน
สถานศึกษา โดยกระบวนการเรียนการสอน”, **รวม
บทความวิชาการ โครงการสัมมนาวิชาการ
ผลงานวิจัยและวิทยานิพนธ์ดีเด่น, พระมหาสมบุญ
วุฒิกโร (พรรณา), (กรุงเทพมหานคร : หอไตรการ
พิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๙-๑๑.**

^{๓๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต),
**พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่
๑๑, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก. ๒๕๔๙), หน้า
๔๒-๕๐.**



ถือเป็นจุดเริ่มต้น จะต้องมีการต่อยอดด้วยการเรียน มิเช่นนั้นจะกลายเป็นเรื่องหลักลอยไร้สาระ กลายเป็นอันตรายได้ การเรียนการสอนต้องให้ผู้เรียนคิดได้ คิดเป็น ที่เรียกกันในภาษาพุทธศาสนาว่า “โยนิโสมนสิการ” ซึ่งการคิดแบบนี้จะทำให้เกิดปัญญา

๒. สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียนหรือถ่ายทอดต่อกันมา หรือแปลว่าความรู้เกิดจากการสดับเล่าเรียน ความรู้แบบที่เรียกว่าสุตมยปัญญา คือความรู้ที่มีจุดเริ่มต้นจากการฟังแล้วเกิดความเข้าใจบวกกับความจำ ผ่านการสังเคราะห์วิเคราะห์สรุปตามความเห็นเห็นของตัวเอง

๓. ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการลงมือปฏิบัติฝึกหัดอบรม หรือแปลว่าความรู้เกิดจากการอบรมลงมือปฏิบัติ ตามทฤษฎีที่ได้ยินได้ฟังแล้วนำมาสู่การปฏิบัติ จนประสบความสำเร็จหรือมีประสบความสำเร็จ

การคิด การเล่าเรียนสดับฟัง และการปฏิบัติฝึกปรือ ย่อมเป็นเครื่องช่วยให้ปัญญา ทิฐิ และญาณนั้นเกิดใหม่ขึ้นมา ก้าวหน้าเพิ่มพูน ได้รับการแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องซึ่งผู้สอนหรือผู้ให้ปัญญาก็ต้องรู้จักการสอนโดยการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในพระพุทธศาสนา^{๑๕}

๓ ขั้นคือ

^{๑๕} พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ). “แนวทางพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมในสถานศึกษา โดยกระบวนการเรียนการสอน”, **รวมบทความวิชาการ โครงการสัมมนาวิชาการ ผลงานวิจัยและวิทยานิพนธ์ดีเด่น**, หน้า๕-๘.

ขั้นแรก การสร้างศรัทธา ผู้สอนหรือผู้จัดการเรียนการสอนต้องคิดหลัก ว่าศรัทธาเป็นฐานของการเรียนการสอนสรรพวิชาที่พระพุทธศาสนาสอนว่า “สทถาย ตรติ โอฆิ” แปลว่าข้ามพ้นหุบเหวได้ด้วยศรัทธา เบื้องต้นแห่งความสำเร็จในการสอนคือศรัทธา ซึ่งผู้สอนและผู้เรียนต้องมีศรัทธา

ขั้นที่สอง การปลูกฝังผู้เรียน ควรมีการเน้นให้เข้าใจไตรสิกขา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา โดยปลูกฝังผู้เรียนให้เข้าใจและมี ศีล สมาธิ ปัญญา จากตัวอย่างสำนักสตัยาสៃของอาจารย์อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา ที่เน้นความดีต้องมาก่อนเพราะเป็นเครื่องมือสร้างความเก่ง

ขั้นที่สาม กรอบวิธีการถ่ายทอดความรู้ ควรดำเนินตามธรรมเนียมพระพุทธศาสนา คือ ปรียติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ คือเรียนทฤษฎี ฝึกปฏิบัติ และเข้าใจผลลัพธ์ที่มีความสุข สงบ เยือกเย็น

ผู้เขียนเห็นว่าการการพัฒนาปัญญาธรรมเป็นเรื่องสำคัญที่รวมไปถึงวิธีการที่ทำให้เกิดปัญญา และผู้ถ่ายทอดที่ต้องมีความรู้ความสามารถเป็นกระบวนการที่ดีสามารถนำไปใช้ได้แต่อย่างไรก็ตามปัญญาทางความคิดของผู้เขียนเป็นเรื่องส่วนบุคคลที่ยากจะทำให้เกิดการรู้แจ้งได้หากถ้อยขัดความรู้ความเข้าใจ การเข้าถึง และการพัฒนาสู่การปฏิบัติและตามความเชื่อในพระพุทธศาสนาผู้เขียนเชื่อว่าปัญญานั้นอาจเป็นเรื่องของบุญกรรมที่ได้สะสมมาในชาติก่อนที่เป็นเหตุที่ทำให้เกิดปัญญาธรรม



กัลยาณมิตรช่วยพัฒนาปัญญาในสังคม

กัลยาณมิตรจะสามารถช่วยพัฒนาปัญญาได้อย่างดี เพราะมิตรที่ดีจะสามารถช่วยชี้แนะชี้แนะหรือสร้างความเข้าใจให้เราเห็นถึงปัญหาอันมีทางแก้ที่ไม่ยาก ดีกว่าเราจะมามองหาทางแก้ปัญหาด้วยตนเองซึ่งอาจเสียเวลาและเสียโอกาสที่จะพัฒนาให้ชีวิตมีความสุขที่สูงขึ้นไป กัลยาณมิตรจะพัฒนาปัญญาได้อย่างไรตรงนี้เคยมีคำพูดที่ว่า “คบคนพาลพาลพาไปหาผิด คบบัณฑิตบัณฑิตพาไปหาผล” ถ้าเราพิจารณาถึงบัณฑิตว่าเป็น ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน แสดงได้ว่าผู้เป็นบัณฑิตน่าจะเป็นผู้ที่มีปัญญา การที่เราจะใช้มิตรเป็นส่วนช่วยจึงต้องพิจารณาให้ดีว่า มิตรนั้นมีปัญญาหรือไม่ ถ้ามีปัญญานั้นเป็นปัญญาอะไร และมิตรนั้นมีความเป็นกัลยาณมิตรหรือไม่ และถ้าเป็นกัลยาณมิตรต้องพากันพัฒนาปัญญาธรรมที่จะทำให้ตนเองและผู้อื่นพ้นจากภัยทั้งในปัจจุบันและภัยในอนาคตทั้งยังเป็นเหตุในการทำให้อชีวิตก้าวไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองและนอกจากจะมีปัญญาเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เรามีช่องทางในการแสวงหาสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตัวเอง สามารถแยกแยะได้ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ อะไรที่เป็นหนทางไปสู่ความเสื่อม และอะไรที่เป็นหนทางไปสู่ความเจริญที่มั่นคงยั่งยืนก็จะต้องใช้ปัญญาในการพิจารณา กัลยาณมิตรที่ถูกต้องเหมาะสมย่อมเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้สำหรับชีวิตที่ต้องมีการพัฒนารวมกัน ดังนั้น การให้ความสำคัญกับการสร้างกัลยาณมิตรพร้อมกับการให้ความสำคัญกับการพัฒนาปัญญาที่ต้องทำร่วมกันและบางครั้งจะเป็นการเสริมกันให้เกิดการพัฒนาอย่างมีความสุข

การที่บุคคลที่สามารถมีปัญญาเพิ่มพูนขึ้นได้นั้น ต้องรู้จักที่จะหาบุคคลมาเป็นต้นแบบของการสร้างปัญญา เพราะตัวของเราไม่สามารถรู้ได้ว่าสิ่งที่เรารู้มานั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง หรือสมบูรณ์พร้อมแล้วหรือยัง และเรายังไม่สามารถที่จะเข้าใจหรือรู้สิ่งต่างๆ ได้ทั้งหมด ด้วยตัวของเราเองได้ ดังนั้นการที่เราจะได้ปัญญาจึงต้องมีต้นแบบซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญ และต้นแบบนั้นอาจเป็นพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ของเรา การสร้างปัญญาจากกัลยาณมิตรจึงต้องรู้ในเรื่องต่างๆ ดังนี้

๑. การฟัง คือ ต้องรู้จักเลือกฟังสิ่งที่เป็นสาระ และรู้จักการจับสิ่งที่เป็นสาระสำคัญในเรื่องที่ฟังให้ได้ ซึ่งถ้ามีมิตรที่ดีก็ควรจะแนะนำเรื่องดีๆ ในการฟัง หรือ พูดในเรื่องดีๆ ที่ผ่านการคิดวิเคราะห์แล้วให้เพื่อนฟัง โดยอาจมีการแสดงความคิดเห็นชี้แนะถึงข้อดี ข้อเสีย เหตุผล ของเรื่องที่ถูกต้องและก็ต้องแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ผลกันได้อย่างดี ยอมรับซึ่งกันและกันอย่างมีหลักการ และเหตุผลทั้งสองฝ่าย

๒. การอ่าน คือ การรู้จักเลือกสื่อกีจะศึกษา นำมาอ่านเพื่อให้เราได้เข้าใจในเรื่องนั้นๆ มากขึ้น เพราะข้อมูลที่ถูกต้องถ่ายทอดออกมาเป็นตัวอักษร จะผ่านการกลั่นกรองพิจารณา มาอย่างละเอียดรอบคอบมากกว่าการพูด และสิ่งที่ออกมาให้เราได้อ่านนั้นย่อมต้องกลั่นเอาความคิดสติปัญญาของผู้เขียนมาไว้แล้ว ดังนั้น การอ่านจึงเป็นการย่นระยะเวลาในการสร้างความรู้ให้กับเราอย่างมากทีเดียว ยิ่งถ้าเราอ่านมากเท่าไรก็เท่ากับว่าเราได้รับสติปัญญาของคน มากยิ่งขึ้นเท่านั้น ดังนั้นการอ่านจึงเป็นสิ่งที่ทำให้เราได้ปัญญาอย่างมหาศาลทีเดียว ถ้ามีมิตรที่ดีก็



จะช่วยแนะนำเรื่องการอ่านที่ดีที่ถูกต้องและคิดวิเคราะห์ผลของข้อมูลจากการอ่านเพื่อชี้แจงชี้แนะหรือแนะนำให้เพื่อนอ่านในประเด็นที่สำคัญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมซึ่งทั้งสองฝ่ายอาจช่วยกันหรือแบ่งกันอ่านและมาสร้างความเข้าใจร่วมกันซึ่งอาจทำให้ลดเวลาการอ่านลงและทำให้เกิดความเข้าใจจนเป็นปัญญามากขึ้น

๓. การคิดพิจารณา คือ การนำความรู้ที่ได้จากการฟังและการอ่านมาพิจารณาด้วยปัญญาของเรา โดยไตร่ตรองจนเกิดความรู้ขึ้นมา และสามารถนำความรู้นั้นไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ต่างๆ ที่เราต้องเจอได้ ถ้ามีมิตรที่ดีก็จะช่วยพิจารณาคิดวิเคราะห์ แสดงเหตุผลที่ดีที่ถูกต้องแรกเปลี่ยนกันก่อนที่จะมีการตัดสินใจอันจะทำให้เกิดความรอบคอบในการตัดสินใจเพราะเกิดจากการพิจารณาของหลายๆ คนที่เป็นกัลยาณมิตร

๔. การทำสมาธิ คือ การทำใจหยุดนิ่ง เพื่อปล่อยวางเรื่องต่างๆ ที่สร้างความกังวลให้ออกไปจากใจ เพื่อให้เกิดความสุข สงบ สดชื่นเมื่อใจหยุดนิ่งถูกส่วนย่อมเข้าถึงธรรมะภายในอันเป็นการสร้างปัญญาที่ทำให้ใจสว่างและมีความสุขในการคิด พุด ทำอยู่ตลอดเวลา ทำให้ไม่จำเป็นต้องไปประสบพบกับแรงกดดันเพียงไหนใจย่อมมีที่พึ่ง ไม่หวั่นไหวอุปสรรคใดๆ โดยง่าย และทำให้ใจมีคุณภาพในการมองหาทางออกได้สำเร็จมีมิตรที่ดีก็จะชักชวนกันไปปฏิบัติ แนะนำสถานที่หรือไปเป็นเพื่อนกันในการนั่งสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญา การมีมิตรที่ดีนั้นจะนำพากันไปปฏิบัติในทางที่ดีมา บ่อย และสม่ำเสมอต้องรู้จักใช้ปัญญาให้เต็มประสิทธิภาพ ทำอะไรก็ทำด้วย

ความตรงไปตรงมามีสติกำกับอยู่เสมอ เพื่อไม่ให้กิเลสทั้งหลายมาเป็นจุดอ่อนในการทำให้ปัญญา

กัลยาณมิตรมีส่วนช่วยในการพัฒนาปัญญา ด้วยคอยเตือน คอยแนะนำซึ่งกันและกัน ในยามที่สติจะหลุด ปัญญากำลังหลงผิดไปกับสิ่งชั่วร้าย มีการเตือนสติด้วยด้วยเหตุผล คุณธรรม และใช้วาจาอันน่าฟังทำให้สามารถดึงจิตที่ตกให้กับคืนมาได้ นอกจากปัญญาจากการฟัง การอ่านและการคิดพิจารณาที่เป็นปัญญาในทางโลกแล้วก็อาจมีการเสริมปัญญาที่สมบูรณ์นั้นต้องมีปัญญาในทางธรรมด้วยการทำภาวนา ซึ่งเป็นปัญญาขั้นสูง จะเกิดจากการทำสมาธิภาวนา จากใจหยุดใจนิ่งเท่านั้น เพราะการทำสมาธิภาวนาจะทำให้เรามีสติและรู้เห็นสิ่งต่างๆ ไปตามความเป็นจริง ไม่มีกิเลสตัวใดมาบดบังปัญญาที่เกิดจากการทำภาวนาได้และยิ่งถ้าเราทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอเราก็จะมีสติและมีใจที่มีพลังสามารถเอาชนะอำนาจกิเลสในตัวได้ กำจัดกิเลสได้หมดจนทำให้พ้นทุกข์มีความสุข ทำให้เกิดสิ่งดีๆ ดังนี้

๑) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรจะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี จากการเป็นผู้มีศีล สมาธิ ปัญญา

๒) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรจะเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดี คุณภาพของใจดี จากจิตที่เป็นผู้คิดดี ทำดี เห็นคนอื่นเป็นมิตรไม่มี ปัญหากับผู้ใด

๓) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรจะมีผู้ช่วยส่งเสริมสมรรถภาพจิต ทำให้เกิดสติ มีสมาธิสามารถคิดอ่านได้รวดเร็ว และรอบคอบในการคิดตัดสินใจ

๔) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรมีธรรมอยู่ในใจ และมีมิตรที่จะให้ข้อมูลทำให้สามารถ



แยกแยะปัญหาได้อย่างมีเหตุผล รู้ได้ว่าสิ่งใดมีประโยชน์ สิ่งใดไม่มีประโยชน์

๕) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรมีความเข้าใจและแนะนำช่วยเหลือให้วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะที่ไม่รู้ไม่เข้าใจได้อย่างถูกต้อง

๖) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรจะรู้จักช่วยคลายเครียดซึ่งกันและกัน หรือปลอบใจกันในยามที่มีปัญหาด้วยปัญญาที่ถูกต้อง

๗) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรจะส่งเสริมประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน หรือการทำงานด้วยปัญญา

๘) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรส่งเสริมให้เป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื่อในกฎแห่งกรรม และร่วมกันทำความดี

๙) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรทำให้เป็นผู้มีความมักน้อย สงบ และมีความสันโดษจากการพัฒนาปัญญาร่วมกันในสังคมเดียวกัน

๑๐) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรสามารถช่วยกันรักษาปัญญาที่มีอยู่แล้วไว้ได้จากการช่วยเหลือแนะนำและส่งเสริมต่อกัน

๑๑) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรส่งเสริมแนะนำชักจูง กันไปสร้างปัญญาให้มากขึ้น และเจริญงอกงามยิ่งๆ ขึ้นไป

๑๒) บุคคลผู้มีกัลยาณมิตรชักจูงกันให้สามารถกำจัดกิเลสให้ห่างออกจากตัวตน จนกระทั่งหมดกิเลสเกิดปัญญาพ้นทุกข์เพื่อหวังสู่นิพานตามความเชื่อทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาเป็นภูมิปัญญาทางสังคมที่ทำให้เกิดความเชื่อ ความสามัคคีมี ความรักความปรารถนาดีต่อกันและได้ร่วมกันสร้างสรรค์ความดีงามขึ้นเพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่น

เท่าที่ตนเองจะมีความสามารถเหมือนกับแปลงผักกรรมโดยที่ใครมีความสามารถก็ทำมาก ใครสามารถน้อยก็ทำน้อย การประยุกต์ศาสนาธรรมเข้ากับการจัดโครงสร้างสังคม และการประยุกต์ศาสนาธรรมเข้ากับชีวิตผ่านการสร้างจิตสำนึกในทางสังคม จากที่ศาสนาสอนให้เราเข้าใจชีวิต เรามีค่าเมื่อเราเป็นส่วนหนึ่งของส่วนใหญ่ หรือคนอื่นๆ หรือที่เรียกว่าสังคมหรือชุมชน โดยศาสนาจะเชื่อมโยงตนเองเข้ากับผู้อื่นเพื่อให้เราและผู้อื่นบรรลุความสมบูรณ์ทางด้านกายภาพและทางด้านจิตใจ โดยที่ศาสนาทุกศาสนาเห็นสอดคล้องกันว่าคนชั่วในสังคมเป็นผู้ที่เราจะต้องช่วยให้เขาได้กลับตัวเป็นคนดี เรามองเพื่อนร่วมโลกด้วยสายตาแห่งมิตรและด้วยความเข้าใจ^{๑๖} พระพุทธศาสนาเน้นให้เห็นธรรมจากกัลยาณมิตร โดยให้เลือกคบมิตรที่ดีเพราะจะมีส่วนช่วยเกื้อกูลในการให้พ้นทุกข์หรือช่วยเสริมพัฒนาปัญญาที่ดีให้สามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างมีความสุข

ในสังคมปัจจุบันเราต้องแยกกัลยาณมิตรออกเป็นกัลยาณมิตรทางโลกและกัลยาณมิตรทางธรรม เช่นเดียวกันที่เราต้องแยกปัญญาออกเป็นปัญญาทางโลกและปัญญาทางธรรมซึ่งกัลยาณมิตรสามารถแยกออกเป็นด้านต่าง ๆ ประกอบด้วย

๑. ด้านสังคม มนุษย์ต้องมีเพื่อน หรือมีมิตรที่ดี มีความรัก ชอบพอ คบหากันอย่างพร้อมที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกันอย่างยั่งยืน

^{๑๖} รองศาสตราจารย์สมภาร พรหมทา, ศาสนาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต, (กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๘๖-๘๗.



๒. ด้านคุณธรรม มีศีล สมาธิ ปัญญา แล้วต้องลด โลภะ โทสะ โมหะ ด้วยกายกรรม, วาจากรรม มโนกรรมโดยทำให้เกิดความใสสะอาด

๓. ด้านธุรกิจการงาน ร่วมกิจการ ด้วยใจรู้จักอดทน อดกลั้น และมีความสามัคคี ทั้ง กิจที่มีเป็นทางการและไม่เป็นทางการ

๔. ด้านการสื่อสาร ความเป็นกัลยาณมิตรต้องรู้จักการชักจูง แนะนำ สนับสนุน พูดจาอย่างมีกัลยาณมิตรคือพูดหรือสื่อสารกันด้วยความจริงใจ เป็นธรรม ตรงไปตรงมาอย่างเหมาะสม การสื่อสารนอกจากการพูดกันตรงๆ แล้วยังอาจต้องใช้สื่อช่วย เช่น โทรศัพท์ อีเมล ก็ต้องทำอย่างเหมาะสมและทำด้วยความจริงใจ

๕. ด้านผลประโยชน์ ความเป็นกัลยาณมิตรจะเน้นความเป็นธรรมทั้งประโยชน์ตน ผลประโยชน์ท่าน โดยมีได้หวังกำไรต่อกันเกินควรแต่หวังความยั่งยืน

๖. ด้านบุคลิกภาพบุคคล ความเป็นกัลยาณมิตรที่ดีทั้งทางร่างกาย วาจา ใจ โดยมีหน้าตาที่ยิ้มแย้มแจ่มใส นอบน้อม พูดจาไพเราะ อ่อนหวาน มีจิตใจดี รวมถึงการมีจิตวิญญาณ

เมื่อผู้แสวงหาปัญญาทางโลกได้รับรู้ในการใช้ชีวิตในสังคม ซึ่งเกิดจากเรียนรู้ในโรงเรียน ในมหาวิทยาลัยและแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ของสังคม แต่โดยปัญญาทางธรรมคนเราไม่ได้สนใจที่จะแสวงหา แต่ธรรมนั้นจะเข้ามาทางจิตใจของเรา จากความเชื่อตามศาสนา เช่นไปวัดทำบุญ ตามวัฒนธรรมประเพณี เมื่อใดที่ได้รับพระธรรมมากพอ กัลยาณมิตรพัฒนาปัญญาเมื่อนั้นเราจะแสวงหาปัญญาธรรมในด้านมิตรทางธรรมเป็นผู้ที่แสวงหาปัญญาทางโลกเพื่อการอยู่ทางสังคม แต่ปัญญาทาง

ธรรมเพื่อการเป็นผู้ที่รู้จักจริงเป็นผู้ที่หลุดพ้นจากทุกข์ มิตรทางธรรมจึงต้องการแสวงหากัลยาณมิตร พัฒนาปัญญาเช่นกันเพื่อช่วยเหลือมิตรทางโลกให้เกิดการพัฒนาทางปัญญาธรรมที่ถูกต้องหวังให้พ้นทุกข์ การสร้างปัญญาหรือพัฒนาปัญญาธรรมที่อธิบายถึงการหลุดพ้นด้วยการทำสมาธิ หรือสมณะ และวิปัสสนากรรมฐาน แต่คนส่วนมากคิดว่ายังไม่สามารถที่จะหลุดพ้นได้ ยังต้องอยู่กับโลกแห่งปัจจุบันทางสังคมโลกมืดเข้าสู่สังคมธรรม ก็คงต้องใช้การศึกษาเพื่อเป็นพื้นฐานแห่งการสร้างสุข เช่นการสร้างคุณธรรม จริยธรรม การรักษาศีล หรือการใช้ชีวิตโดยการคิดอย่างถูกต้องตามหลักธรรม เพื่อพัฒนาปัญญาในการดำเนินชีวิตเพื่อสังคม

ปัจจุบันความต้องการทางสังคม สิ่งที่เป็นที่ต้องการขั้นพื้นฐาน^{๑๗} ประกอบด้วย ๑) การชื่นชมและการยอมรับ ๒) การได้เชื่อมโยงกับผู้อื่น ๓) การมีความรู้สึกที่ดี (คนเราชอบที่จะมีความสุข) และ ๔) ได้รับความรู้เพิ่มเติมจากของขวัญทางสังคม

จากที่กล่าวต้องสร้างให้เกิดความสมดุลและเห็นความสำคัญพื้นฐานในการพัฒนา กัลยาณมิตร ที่ชี้เห็นถึงความต้องการของสังคมว่ามีความต้องการทางจิตใจจากมิตรเพื่อสร้างปัญญาในการแก้ปัญหา ดังนั้น การพัฒนาปัญญาที่ถูกต้องจึงต้องเน้นหลักทางศาสนาในการตอบสนองความต้องการทางสังคมด้วยปัญญา

^{๑๗} เดเมอเร่, แอน และ ไวท์, แวเรอรี, **วิธีการสร้างความประทับใจแรกพบ**, (First Impressions) แปลโดย กมลวรรณ รามเดชะ, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๗-๔๓.



ธรรมจากกัลยาณมิตรที่จะส่งเสริมความสุขแก่กันและกัน

บทสรุป

การศึกษา กัลยาณมิตรกับการพัฒนา ปัญญาธรรมเพื่อสังคม พบว่า กัลยาณมิตรต้องเป็นมิตรหรือเพื่อนที่ดี โดยเป็นผู้พร้อมในการสนทนา ส่งเสริมให้ข้อมูลความรู้ความเข้าใจ อันมีการปฏิบัติวางตัว และมีน้ำใจในการช่วยเหลือมิตรได้อย่างเหมาะสม ตามกฎระเบียบของสังคมที่มีคุณธรรมจริยธรรม ซึ่งการช่วยเหลือเป็นการกระทำที่ถูกต้องเหมาะสม เป็นธรรม ไม่สร้างความเดือดร้อนหรือผลกระทบต่อกันและกัน หวังเพื่อให้พ้นทุกข์เมื่อมีปัญหา มิได้หวังผลประโยชน์หรือผลตอบแทนแต่หวังให้เพื่อนเกิดการพัฒนา ด้วยความพร้อมในการ “เปิดใจ” รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นด้วยใจ ไม่มีการคิดเป็นอคติไว้ก่อน และพิจารณาคำพูดด้วยด้วยปัญญา “ให้ใจ” ยอมพูดเรื่องจริงจากใจ เรื่องที่เป็นประโยชน์โดยไม่คิดหาตระเวนมิตร เพื่อสร้างสายใยแห่งความสัมพันธ์ “ร่วมใจ” ทั้งตนเองและมิตรจะต้องร่วมคิดร่วมทำ ร่วมกันส่งเสริมแนะนำและชี้แนะกันและกันโดยไม่คิดเชิงลบต่อกัน “ตั้งใจ” สร้างสรรค์คุณภาพทั้งตนเองและมิตรที่ปรึกษา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ติดต่อสื่อสาร เยี่ยมเยียนช่วยกันแก้ปัญหาและให้กำลังใจ พัฒนาปัญญา ร่วมกัน ส่งเสริมกันและกันในการพัฒนาคุณภาพภายใต้เงื่อนไขที่ทุกฝ่ายต้องยอมรับ ในการเป็นกัลยาณมิตร ต้องพยายามตัดสิ่งที่เป็นปัญหา เป็นทิวติ เป็นข้อกำหนดเงื่อนไขที่ไม่จำเป็นแก่กันและกันออกให้มากที่สุด (ตัดเรื่องที่จะก่อให้เกิดปัญหาออก) เพราะกัลยาณมิตรเป็นธรรมที่สำคัญ เพราะ

ธรรมจากผู้มีธรรมจะไปส่งเสริมธรรมกับผู้อื่นให้มีผลเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปสู่ปัญญา

ข้อค้นพบตามความจริงที่ว่าปัญญาเป็นความรู้หรือความรอบรู้ในสิ่งที่ควรรู้ รู้ดี รู้ชั่ว หรือในทุกๆ เรื่องที่อยากรู้ตามความเป็นจริง ซึ่งปัญญาจะติดตัวมาตั้งแต่เกิดแต่ซ่อนอยู่ในส่วนลึกๆ ที่ยากจะนำเอาออกมาใช้ได้ ทำให้ทุกคนต้องมีการรับรู้ เรียนรู้ ดังนั้นการพัฒนาปัญญาด้วยธรรมนั้นเป็นขั้นสูงของความจริงที่มีความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ ซึ่งการพัฒนาปัญญาด้วยธรรมจะเน้นถึงการเปลี่ยนแปลงทางความคิดไปในทางที่ดี ตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนาในเรื่องไตรลักษณ์คือ สิล สมาน และปัญญา ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่มนุษย์ทุกคนต้องศึกษาเพื่อพัฒนาปัญญาให้สูงขึ้น

และจากข้อค้นพบที่ว่ากัลยาณมิตรช่วยพัฒนาปัญญาในสังคม เมื่อคนเราเศร้าหมองสังคมเกิดปัญหาสิ่งที่จะมีส่วนช่วยส่งเสริมไปในทางที่ดีก็คือกัลยาณมิตร เป็นผู้ที่ทำหน้าที่เตือนสติทำให้เกิดความเข้าใจอันเป็นปัญญาในการพัฒนาบุคลิกภาพและคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกายและจิตที่ดี ส่งเสริมสมรรถภาพจิต ทำให้เกิดสติ มีสมาธิเกิดความรอบครอบในการคิดตัดสินใจด้วยปัญญาธรรมช่วยเหลือให้วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะช่วยคลายเครียดปลดปล่อยกันเหนียวที่มีปัญหา ช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพการศึกษา ช่วยส่งเสริมให้เป็นผู้มีสัมมาทิฐิเชื่อในกฎแห่งกรรม ช่วยให้มีความมักน้อย สงบ มีความสันโดษและแบ่งปันสามารถกำจัดกิเลสทางออกจากตัวจนกระทั่งหมดกิเลสเกิดปัญญาพ้นทุกข์เมื่อเราทำได้ส่งเสริมต่อผู้อื่นจะเป็นกัลยาณมิตรพัฒนาปัญญาเพื่อสังคม มุมมองในสังคมปัจจุบันเราอาจแยกกัลยาณมิตรออกเป็น



กัลยาณมิตรทางโลกและกัลยาณมิตรทางธรรม แต่ ปัญญาธรรมที่เป็นความรู้สามารถนำไปแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาปัญญาให้สามารถแก้ปัญหาของสังคม สังคมตามสภาวะแวดล้อมตามความเป็นจริงได้ นั้นเราไม่สามารถแยกปัญญาทางโลกและปัญญา อย่างถูกต้อง เหมาะสม และเป็นธรรมเพื่อความสุข ทางธรรมได้ การพัฒนากัลยาณมิตรในสังคมให้เกิด

บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

เดเมอเร่, แอน และ ไวท์, แวเรอรี. วิธีการสร้างความประทับใจแรกพบ. แปลโดย กมลวรรณ ราม

เดชะ. กรุงเทพมหานคร : ธรรมกลการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๒.

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒.

กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑.

กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก. ๒๕๔๙.

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์

ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธนาเพรส, ๒๕๕๑.

พระไพศาล วิสาโล. “ธรรมะมีอยู่ทุกหนแห่ง”, ธรรมะพอเพียง สานปณิธาน พุทธศาสนิกชน

๑๐๐ ปีชาตกาล. หน้า ๘๙-๙๐. สัจจภูมิ ลอ อ เรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร : เนชั่น

มัลติมีเดียกรุ๊ป, ๒๕๔๘.

พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ). “แนวทางพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมในสถานศึกษา โดย

กระบวนการเรียนการสอน”, รวมบทความวิชาการ โครงการสัมมนาวิชาการ

ผลงานวิจัยและวิทยานิพนธ์ดีเด่น. หน้า ๓-๑๕. พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร (พรรณา).

กรุงเทพมหานคร : หอไตรการพิมพ์, ๒๕๕๓.

สมภาร พรหมทา. ศาสนาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์, ๒๕๔๙.

กัลยาณมิตร. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : http://www.kalyanamitra.org/ka/kal_page1.html [๔

ต.ค. ๒๕๕๓].

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://th.wikipedia.org/w/index.php> [๒๔

ส.ค. ๒๕๕๓].